

# WINTERQUARTIER 2025/26

HEKS Neue Gärten Rorschach  
Im EKZ, Rorschach  
Von 14.00 bis 16.00 Uhr



**Montag, 17. November** Spiele spielen  
Bring dein Lieblingsspiel mit

**Dienstag, 2. Dezember** Gözleme kochen  
mit Hatice

**Montag, 15. Dezember** Heilende Kräuter und  
deren Anwendung in der Winterzeit  
mit Maria Teresa

**Montag, 5. Januar** Gesprächsrunde zu den  
Themen: «Der Einfluss des Essens auf unser  
psychisches Wohlbefinden» und «Zucker die  
süsse Versuchung» mit ZEPRA

**Mittwoch, 21. Januar** Origami falten mit Mehmet

**Montag, 2. Februar** Mit einem  
Pilzexperimentierset Speisepilze in der PET-  
Flasche züchten

**Montag, 16. Februar** Vorkultur und Aussaat  
von Gemüsesamen in Töpfe

**Treffpunkt** Evangelisches Kirchgemeindezentrum,  
Signalstrasse 34, Rorschach  
**Alle** sind herzlich willkommen  
**Information** und Anmeldung  
sibylle.traber@heks.ch, 076 699 50 16  
HEKS Neue Gärten Ostschweiz, [www.heks.ch](http://www.heks.ch)